

TENS

Transcutane Elektrische Nervus
Stimulatie



Ommelander Ziekenhuis
Groningen

TENS staat voor Transcutane Elektrische Nervus Stimulatie. Bij deze behandeling wordt via een kastje en twee elektrodes een zwak elektrisch stroompje toegediend.

TENS werkt op 2 manieren tegen de pijn:

- als eerste blokkeert TENS het pijnsignaal dat naar de hersenen gaat waardoor er dus minder pijnprikkels naar de hersenen gaan
- als tweede stimuleert TENS het lichaam tot het aanmaken van lichaamseigen pijnstillende stoffen.

Indicaties

Wanneer u langere tijd pijnklachten heeft, is de TENS-behandeling mogelijk geschikt voor u. De mate van pijnverlichting en hoe lang deze pijnverlichting aanhoudt, is voor iedereen verschillend. Vaak neemt de pijnstillende werking toe wanneer u TENS langere tijd gebruikt.

Situaties waarin de TENS-behandeling niet te starten of alleen na overleg met uw arts:

- tijdens zwangerschap
- als u een pacemaker of ICD heeft
- bij gebruik van opiaten
- bij overgevoeligheid voor pleisters of tape
- bij een ernstige huidaandoening of huidafwijking op de plek waar TENS gebruikt wordt
- bij kwaadaardige aandoeningen op de plek waar TENS gebruikt wordt
- bij epilepsie
- bij tatoeages met metalen pigmenten op plaatsen waar elektrodes geplakt worden.

Behandeling

Tijdens uw eerste bezoek bij de gespecialiseerde verpleegkundige heeft u een gesprek en krijgt u uitleg over het gebruik van het TENS-apparaat. Er wordt besproken hoe vaak en hoe lang u het apparaat moet gaan gebruiken. Vervolgens gaat u samen met de verpleegkundige uw eerste TENS-behandeling starten.

Als alles is besproken en de eerste behandeling is afgerond, krijgt u een TENS-apparaat mee naar huis. Dit apparaat is een leenapparaat. Thuis kunt u twee weken lang uitproberen of het apparaat helpt uw pijnklachten te verminderen.

Het is belangrijk dat u zich aan de afgesproken behandeling houdt: iedere dag, 4x per dag voor 30 minuten het TENS-apparaat gebruiken.

Na twee weken komt u met het leenapparaat terug bij de verpleegkundige om het resultaat van de behandeling te bespreken.

Wanneer de behandeling heeft geholpen bij het verminderen van uw pijnklachten, kunt u het apparaat blijven gebruiken en wordt de vergoeding bij uw zorgverzekeraar aangevraagd. Afhankelijk van uw zorgverzekering wordt het apparaat volledig vergoed of wordt een kleine bijdrage gevraagd. Hierover kunt u contact opnemen met uw zorgverzekeraar.

Als de behandeling niet heeft geholpen levert u het leenapparaat weer in bij de verpleegkundige.

Bijwerkingen

Bijwerkingen komen bijna nooit voor. Soms kan een allergische reactie optreden van het materiaal van de elektrodes en de huid rondom de elektrodes rood kleuren. Bij een te sterke stimulatie kunnen de pijnklachten eerst erger worden.

Vragen

Heeft u nog vragen? Dan kunt u bellen met de continëntieverpleegkundige van de polikliniek Urologie via het algemene nummer van het ziekenhuis: 088 - 0661000.



**Samen.
De beste zorg.
Dichtbij.**

ommelanderziekenhuis.nl

T 088 - 066 1000

OZG (03-24) URO 758